SA ACORDAM TOATA ATENȚIA FUNDAMENTARII ȘTIINȚIFICE A ACTIVITAȚII DE CULTURA FIZICA

Ședința Consiliului Științific al Uniunii de Cultură Fizică și Sport

Recent a avut loc ședința Consiliului Științific al Uniunii de Cultură Fizică și Sport, la care au participat membri ai Biroului Consiliului General al UCFS, reprezentanți ai Ministerului Sănătății și Prevederilor Sociale, ai Ministerului Invățămîntului, cadre didactice universitare, medici sportivi, profesori de educație fizică, antrenori, sportivi fruntași și activiști ai mișcării de cultură fizică.

Consfătuirea a analizat și a aprobat structura Consiliului Științific și conținutul activității comisiilor și colectivelor constituite: comisia de teorie, istorie și organizare a educației fizice, comisia pentru pedagogia și psihologia sportivă, comisia de medicină a culturii fizice, comisia de educație fizică a maselor, comisia pentru metodica antrenamentului sportiv, comisia de educație fizică în învățămînt, comisia pentru construcții și material sportiv și colectivul de documentare.

Publicăm mai jos o parte din dezbaterile conferinței.

Problemele complexe ale teoriei și practicii educației fizice au nevoie de o rezolvare științifică

Cultura fizică, ca parte integrantă a culturii socialiste — și-a început referatul tov. EMIL GHIBU, vicepreședinte al UCFS — reprezintă un mijloc de seamă în formarea omului nou, armonios și multilateral dezvoltat din punct de vedere fizic și spiritual.

Datorită condițiilor create de partid și guvern, cultura fizică a devenit în țara noastră un bun al maselor, contribuind din plin la întărirea sănătății oamenilor muncii, la creșterea unei generații viguroase.

În Salutul C.C. al P.M.R., Consiliului de Stat și Consiliului de Miniștri adresat Conferinței pe țară a UCFS din februarie 1962, se arată că *Uniunea de Cultură Fizică și Sport trebuie să pună în centrul activității sale dezvoltarea tot mai largă a educației fizice și sportului de mase, să se preocupe ca întreaga masă a tineretului să practice în timpul liber exercițiile fizice. In acest important document se mai arată că mișcarea noastră sportivă poate și trebuie să obțină în toate ramurile de sport rezultate la nivelul celor mai valoroase performanțe mondiale.*

Pentru îndeplinirea acestor sarcini este necesar, pe lîngă alte măsuri, să acordăm o atenție mai mare fundamentării științifice a principalelor aspecte ale activității de cultură fizică.

Călăuziți de Directivele celui de al III-lea Congres al P.M.R., oamenii de știință au adus contribuții de preț la dezvoltarea economiei, științei și culturii noastre socialiste.

Știința, care urmărește să descopere legile obiective ale fenomenelor și indică calea de folosire a acestor legi, trebuie folosită mai mult în explicarea factorilor care determină întărirea sănătății, dezvoltarea fizică multilaterală, obținerea performanțelor înalte, în perfecționarea mijloacelor și metodelor prin care se pot atinge aceste obiective.

In hotărîrea Conferinței pe țară a Uniunii de Cultură Fizică și Sport din 23—25 februarie 1962, se arată că *„de mare importanță pentru dezvoltarea activității sportive este munca de cercetare științifică în domeniul culturii fizice“.*

Făcînd o retrospectivă a modului cum s-a încercat să se rezolve, în ultimul deceniu, problema cercetării științifice în domeniul culturii fizice este necesar să subliniem că nucleele de cercetări științifice organizate de C.C.F.S. și apoi de UCFS și cabinetele metodico-științifice ale consiliilor regionale ale UCFS, au contribuit la inițierea cadrelor de specialitate în efectuarea cercetărilor metodice și științifice.

Sesiunile de comunicări organizate în perioada anilor 1956—1961 la București, Cluj, Timișoara și în alte orașe, au avut importanța lor în generalizarea practicii, în sistematizarea datelor teoretice. Uniunea Societăților Științelor Medicale, prin Societatea de medicina culturii fizice, Institutul de Cultură Fizică, dispensarele regionale pentru sportivi, catedrele de educație fizică din învățămîntul superior, au de asemenea sarcini și preocupări în acest sens. Dar lipsa de unitate privitoare la elaborarea tematicii de cercetare a controlului și îndrumării tehnice și organizatorice au dus la calitatea necorespunzătoare, în multe cazuri, a acestei munci, a cărei utilitate apare astăzi mai evidentă ca oricînd.

Marile competiții sportive din ultimii ani au dovedit, în ciuda unor performanțe de valoare excepțională, că limitele acestora sînt departe de a fi atinse. Această urcare vertiginoasă a rezultatelor face necesară perfecționarea metodicii de lucru și a mijloacelor de antrenament.

Un sprijin substanțial din partea științei așteaptă și educația fizică de mase, care trebuie să folosească cele mai bune mijloace, în funcție bineînțeles, de specificul verigii în care ea se desfășoară: întreprinderi, școli, sate etc.

Iată de ce se face tot mai simțită activitatea Consiliului Științific care pe baza analizei critice, a lipsurilor și posibilităților prezente, să realizeze acțiunea de coordonare și de îndrumare a activității de cercetare științifică în domeniul culturii fizice din țara noastră.

Acest organ, conform prevederilor Hotărîrii Conferinței pe țară a UCFS *„va ajuta Consiliul General al UCFS în orientarea și planificarea întregii munci de cercetări științifice și va trebui să aducă o contribuție mai substanțială în fundamentarea pe baze științifice a procesului de educație fizică a maselor, precum și a antrenamentului sportiv“.*

Efortul Consiliului Științific trebuie îndreptat, îndeosebi, spre găsirea celor mai eficiente mijloace de practicare a exercițiilor fizice de către masele de oameni ai muncii, a celor mai raționale metode de pregătire a sportivilor, în vederea consolidării prestigiului obținut de sportul din țara noastră și pentru ridicarea valorii ramurilor sportive rămase în urmă.

Fenomenul de cauzalitate care stă la baza educației fizice a maselor și activității sportive de performanță motivează atenția deosebită pe care o acordăm modului cum ele se coroleazã și se determină. O atenție deosebită trebuie îndreptată asupra modului cum este rezolvată din punct de vedere al conținutului, metodicii și formei organizatorice, educația fizică a tineretului, începînd din anii premergători școlii. Bazele instruirii și pregătirii fizice se pun încă de la vîrsta preșcolară și în primele 7—8 clase școlare. De modul cum sînt rezolvate, la aceste vîrste, sarcinile dezvoltării fizice multilaterale, înzestrării cu deprinderi motrice cît mai variate, depinde nu numai măiestria viitoare a sportivilor noștri, dar ceea ce este și mai important, contribuția educației fizice la întărirea sănătății tinerei generații.

Pentru aceasta trebuie început cît mai devreme procesul de învățare și de perfecționare a mișcărilor de bază (mers, alergare, sărituri, aruncări), de mărire gradată a volumului de lucru prin folosirea cît mai rațională a orelor afectate educației fizice și activității sportive din cadrul școlii, prin orientarea procesului către însușirea procedeelor de tehnică a atletismului, gimnasticii, înotului, jocurilor sportive.

Educația fizică în învățămîntul superior trebuie să contribuie mai mult la desăvîrșirea instruirii sportive, la formarea sportivilor cu categorii superioare de clasificare. Profesorii de educație fizică au nevoie de materiale metodice care să le ușureze și să le îndrumeze procesul instructiv-educativ de care răspund. Acest ajutor el trebuie să-l primească și din partea Consiliului Științific. De asemenea, trebuie să se aducă o mai mare contribuție la îmbunătățirea metodelor de practicare a exercițiilor fizice de către tineretul din întreprinderi și de la sate. Colectivele respective ale Consiliului, ajutate bineînțeles și de celelalte colective, va trebui să desfășoare o muncă intensă de cercetare pentru perfecționarea continuă a formelor de cuprindere a maselor de oameni ai muncii într-o activitate sportivă sistematică.

Se impune sporirea eforturilor și pentru fundamentarea științifică, pentru cunoașterea și popularizarea efectelor gimnasticii în producție, gimnasticii de dimineață și a altor forme simple ale educației fizice.

Evident, nici problemele antrenamentului sportiv nu sînt puține și simple. Personalitatea sportivului, în toată complexitatea sa, cu sferele sale componente — intelectuală, morală, afectivă și fizică — este angajată puternic în procesul de pregătire și în competiția sportivă.

Tematica de cercetare științifică, care va da orientare muncii colectivelor, cabinetelor metodice, catedrelor de educație fizică etc. va trebui să reflecte nevoile prezente și de perspectivă ale activității noastre de educație fizică. De pildă, fiziologia exercițiilor fizice va trebui să pătrundă adînc în problema folosirii eforturilor mari și maxime, înțelegînd prin aceasta volumul mărit și intensitatea crescută a lucrului sportivului, cu respectarea particularităților de vîrstă și de pregătire. Noi considerăm că motivul stagnării performanțelor noastre în unele ramuri sportive importante (înotul, unele probe din atletism, fotbalul), constă și în cantitatea scăzută a lucrului efectuat, care a dus la o valoare tehnică și fizică mediocră a sportivilor. Prin urmare, problema adaptării organismului la efort trebuie studiată complex de pe pozițiile fiziologiei, biochimiei și psihologiei. In același scop cercetătorii din aceste domenii trebuie să studieze bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice de bază — viteza, forța, rezistența, îndemînarea — și cel mai important, să precizeze legile lor de dezvoltare și de perfecționare în condițiile antrenamentului diferitelor ramuri sportive.

Psihologia, fiziologia și biochimia sportivă trebuie, de asemenea, să studieze profund problema formei sportive. Elementele care determină precizarea formei sportive sînt insuficient cunoscute. De aceea, tehnicienii noștri deseori „bîjbîie“, atît în ceea ce privește selecționarea mijloacelor care să contribuie la obținerea formei sportive, cît și în metodologia menținerii ei.

O accentuată stare de inhibiție care frînează evident și reduce simțitor potențialul de joc al echipelor noastre reprezentative, în special, în perioada inițială a turneelor, constituie un obiect interesant de cercetare. In acest sens se pot aminti primele jocuri ale echipei noastre reprezentative de juniori în Turneul U.E.F.A. și ale echipei feminine de handbal în 7 la campionatul mondial. Deși aceste echipe aveau o formă sportivă consolidată pe o pregătire anterioară îndelungată și judicios realizată, totuși elemente de ordin psihologic au făcut ca începuturile concursurilor să fie șovăielnice și necorespunzătoare.

Evident, pregătirea psihologică rămîne încă o problemă deschisă, a cărei importanță a crescut în ultima vreme. Valoarea morală și tăria manifestărilor de voință ale sportivului nu sînt izolate de performanță, ba dimpotrivă, o impulsionează, o întregesc.

Cercetările științifice și observațiile pedagogice au confirmat acest adevăr Dar a-l descoperi numai, fără a găsi însă metodologia adecvată și diferențiată pe fiecare ramură de sport, pentru dezvoltarea calităților morale și de voință, înseamnă că ne situăm încă într-un stadiu primar al rezolvării problemei.

Nu exagerăm subliniind importanța pregătirii morale și de voință a sportivului. In momentul de față metodica pregătirii fizice, tehnice și tactice fiind mult mai cunoscută și generalizată, victoria în marile concursuri internaționale depinde, de multe ori, de rezolvarea acestui factor. Antrenorii, psihologii, oamenii de știință sînt chemați să ajute la rezolvarea practică a acestei părți componente a valorii sportive. Desigur sarcina nu este simplă: pregătirea morală și de voință reprezintă un proces unitar și complex. Formarea conștiinței, reflectarea realității înconjurătoare în gîndirea și manifestările sportivului în interiorul stadionului și în afara lui, cere timp, răbdare și pricepere. Depășirea dificultăților obiective și subiective inerente pregătirii și întrecerii sportive reprezintă în esență un proces educativ, de pregătire cetățenească și patriotică, de formare a personalității sportivilor. Toți cei ce se ocupă de pregătirea sportivilor sînt datori să nu uite un lucru: baza educației tineretului este activitatea în producție, în școală, deoarece în cadrul colectivelor respective se formează atitudinea comunistă față de muncă, trăsăturile morale proprii omului nou.

Un alt domeniu în care sîntem rămași în urmă este acela al măsurătorilor obiective, făcute în privința aprecierii nivelului tehnic al sportivilor noștri și asupra modului de adaptare a organismului în condițiile efortului specific concursului.

Direct de această problemă se leagă și urmărirea aplicării și perfecționării *„Criteriilor de selecție a sportivilor de performanță“* elaborate de federațiile sportive și aprobate recent printr-o hotărîre a Biroului Consiliului General al UCFS.

Datorită solicitării mari a organismului în efort, problema odihnei și alimentației se ridică mai mult ca oricînd. Metodele cunoscute pînă în prezent, nu permit decît aproximativ să se fixeze intervalele optime de odihnă, după și în timpul eforturilor, modul cum ele ajută obținerii și stabilizării formei sportive. De asemenea, nu avem încă bine precizate mijloacele pe care trebuie să le folosim pentru ridicarea capacității de muncă și accelerarea restabilirii ei, cu ajutorul alimentației diferențiate pe ramuri de sport în funcție de specificul acestora.

Evident că activitatea colectivelor și a tovarășilor care vor lucra în aceste domenii va fi susținută de o acțiune paralelă de înzestrare cu aparatură adecvată, pentru a putea aprofunda cercetările și a găsi soluții științifice cu valoare practică. Înființarea Centrului de antrenament și medicină sportivă „23 August“ urmărește și soluționarea acestei probleme.

Colectivul de construcții și materiale sportive are, în această privință, sarcina găsirii soluțiilor tehnice pentru îmbunătățirea bazelor sportive, pentru crearea de prototipuri originale și aparate ajutătoare, care să stimuleze pe sportivi în procesul de pregătire, să ajute depistării insuficiențelor tehnice și fizice și efectuării măsurătorilor obiective efectuate în condiții specifice de concurs.

Prezentarea problemelor importante care stau în fața oamenilor de știință și a practicienilor noștri în domeniul culturii fizice este desigur rezumativă și nu total cuprinzătoare. Planul tematic de cercetare al Consiliului Științific, pe anul viitor și în perspectivă, va cuprinde problemele de detaliu repartizate pe colective și comisii.

Sîntem convinși că membrii Consiliului Științific nu-și vor precupeți eforturile la munca colectivă de ridicare continuă a mișcării noastre de cultură fizică.

Efortul oamenilor de știință și al specialiștilor care activează în domeniul culturii fizice să se adauge entuziasmului cu care poporul nostru muncește, pentru desăvîrșirea construirii socialismului în țara noastră.

★

In cadrul discuțiilor, conferențiar dr. ADRIAN IONESCU, conferențiar dr. ANDREI ILIESCU, profesor dr. FLORIAN ULMEANU, profesor univ. LEON TEODORESCU, profesor dr. EMIL REPCIUC, antrenor ALEXANDRU POPESCU, profesor SILVIA NEGREANU, au subliniat aportul important pe care Consiliul Științific al UCFS trebuie să-l aducă în dezvoltarea mișcării noastre de cultură fizică, făcînd totodată și propuneri prețioase de îmbunătățire a tematicii și metodelor de muncă ale comisiilor acestui Consiliu.

Medicina caută nu numai cauzele bolilor, ci și pe acelea ale sănătății!

In cuvîntul său tov. ACADEMICIAN GRIGORE BENETATTO, președintele Consiliului Științific al UCFS, a arătat importanța mereu crescîndă a fiziologiei efortului, fiziologiei muncii și celei sportive. Astăzi, medicina nu caută numai cauzele bolilor, ci este și în căutarea cauzelor sănătății! Preocuparea principală nu este numai etiopatogeneza bolilor ci și sanogeneza. Principiile socialiste de ocrotire a sănătății ne orientează activitatea spre găsirea factorilor menținerii armoniei funcționale a organismului, în condițiile variate de muncă și viață.

Dezvoltarea impetuoasă a economiei noastre socialiste, introducerea pe scară largă a mecanizării și automatizării reclamă îmbunătățirea mijloacelor educației fizice a maselor pentru continua întărire a sănătății oamenilor muncii și mărirea productivității. Intrebuințarea mecanismelor rapide, creșterea vitezei de execuție în majoritatea ramurilor sportive, deservirea dispozitivelor automate, presupun o încordare specială a sistemului nervos, stabilirea de relații specifice între analizorii vizuali și motrici. Aceste noi probleme, ca și folosirea tot mai intensă în practica sportivă a eforturilor mari fac ca problemele de fiziologie a muncii, de medicina culturii fizice, de psihologie sportivă, să fie de mare actualitate. Cei care abordează aceste probleme trebuie să aibă un nivel înalt de cultură, pentru a putea cuprinde în întregime tot mecanismul de coordonare și de adaptare a organismului la condiții variate de activitate motrică.

Academicianul Gr. Benetatto, referindu-se la propria sa activitate de cercetare științifică, a subliniat importanța abordării problemelor legate de efortul sportiv, pentru deschiderea unor perspective mai largi în domeniul fiziologiei generale.

Sarcinile puse în fața Consiliului Științific, a arătat vorbitorul, nu sînt de loc ușoare. Ele pot fi însă realizate cu succes, avînd în vedere mijloacele ce ne sînt puse la dispoziție de regimul nostru democrat-popular, de tradiția muncii de cercetare medico-sportivă și de competența specialiștilor romîni.

Teoria trebuie să se îmbine armonios cu practica

In încheierea lucrărilor, tov. AUREL DUMA, președintele Consiliului General al UCFS a subliniat importanța sarcinilor care stau în fața Consiliului Științific. Acest for are menirea să contribuie la creșterea continuă a activității de cultură fizică din țara noastră, ajutînd-o să se ridice la nivelul marilor succese dobîndite de poporul nostru, pe drumul construirii depline a socialismului.

În activitatea de cultură fizică, a spus vorbitorul, în ultimii ani, au fost înregistrate o serie de succese de seamă, țara noastră afirmîndu-se puternic în arena sportului internațional. Sînt succese care ne bucură dar, în același timp, se constată că mai avem și unele sectoare de muncă, unele probe sau ramuri sportive, în care activitatea se desfășoară încă nesatisfăcător. Dat fiind faptul că ne aflăm în plină perioadă de pregătire pentru Jocurile Olimpice, Consiliul respectiv, oamenii de știință, specialiștii, au datoria ca prin cercetările lor să găsească soluțiile practice cele mai bune, care să contribuie la impulsionarea activității, în special, în acele ramuri sportive în care rezultatele nu sînt cele așteptate. In această direcție nu avem încă rezolvate unele probleme legate de pregătirea alergătorilor de viteză și al aruncătorilor la atletism, a gimnaștilor, a baschetbaliștilor, înotătorilor etc. Pe baza rezultatelor teoretice ale cercetărilor care se vor face, vrem să introducem în procesul instructiv-educativ cele mai noi metode și mijloace, care să ducă la îmbunătățirea calității educației fizice a maselor și la ridicarea continuă a performanțelor sportivilor noștri, la un înalt nivel.

In munca pe care o va desfășura Consiliul Științific trebuie ca teoria să se îmbine în mod armonios cu practica, pentru a da o valoare operativă tuturor concluziilor rezultate de pe urma cercetărilor științifice și studiilor efectuate. Tocmai de aceea, orientarea tematicii cercetărilor și studiilor trebuie făcută astfel încît ea să se apropie de nevoile terenului adică acolo unde se află mii și mii de tineri sportivi, care bat cu insistență la porțile consacrării și care așteaptă un sprijin calificat pentru a putea înregistra saltul calitativ necesar.

In același timp, Consiliul Științific trebuie să-și desfășoare munca într-un mod sistematic pentru a putea răspunde cu promptitudine nevoilor, tot mai numeroase și mai complexe pe care le ridică dezvoltarea continuă, pe bază de mase, mișcarea noastră de cultură fizică.

Sînt sarcini de mare răspundere dar deosebit de frumoase și pline de perspectivă. Rezolvarea lor este pe deplin posibilă, dacă toți membrii Consiliului Științific vor munci cît mai bine, dacă pasiunea lor va fi mereu trează, pentru rezolvarea importantelor probleme ce le stau în față, pasiune pe care trebuie s-o dubleze cu perseverență, una din calitățile ce se cer muncii științifice de calitate.

Avînd la baza întregii noastre activități, învățătura marxist-leninistă, singura metodă științifică de abordare a problemelor, sprijinul permanent și multilateral al partidului și guvernului nostru, munca de fundamentare științifică a activității de cultură fizică își va aduce o contribuție valoroasă la întărirea sănătății maselor de oameni ai muncii, la consolidarea prestigiului sportiv internațional al Republicii Populare Romîne.